

## Tárgytematika / Course Description

### Mentálhigiéne

LGB\_EG059\_1

**Tárgyfelelős neve /**

**Teacher's name:** dr. Varga Gábor

**Félév / Semester:** 2018/19/2

**Beszámolási forma /**

**Assesment:** Folyamatos számonkérés

**Tárgy heti óraszám /**

**Teaching hours(week):** 0/0/0

**Tárgy féléves óraszám /**

**Teaching hours(sem.):** 6/0/0

---

### OKTATÁS CÉLJA / AIM OF THE COURSE

A diplomás ápoló képzésben résztvevő hallgatók általános ismereteinek bővítése, a lelki egészség témakörében. Az egyént károsító tényezőkről, mint a különböző stressz-állapotok, a tárgyvesztések, a szenvedélybetegségek, a krízisjelenségek, a közösségi mentalhygiene jelenségeinek ismeretét bővítő szemlélet erősítése. A mentalhygiene magába foglalja a pszichés megbetegedések magatartászavarok megelőzését, az intervenciót, a munkamódszereket és egy holisztikusabb szemléletmód kialakítását is elősegíti.

A diplomás ápoló napi munkája során találkozik a mentalhygienével, mint fogalommal, mint szemléletmóddal, mint intézményrendszerrel. Olyan megterhelő közegben folytatja tevékenységét, melynek során a mentalhygienes szemléletmódnak a szuicid rizikónak, a krízisintervenciónak az önségítő mozgalmaknak az eszköztárát, módszertanát, elméleti anyagát szükséges elsajátítania a hallgatónak ahhoz, hogy hatékonyan és egészségkárosodás nélkül biztonságosan végezze tevékenységét. Kellő támogatást tudjon nyújtani a pszichoszociális problémák megoldásában a klienseknek.

---

### TANTÁRGY TARTALMA / DESCRIPTION

- Mentálhigiéne fogalma, történelmi megközelítése. A mentálhigiénes mozgalmak Magyarországon, fogalmi megközelítések.
- Az egészségvédelem lépcsőfokai: primér, secunder, terciér prevenció. Az egészség és a mentális egészség, az orvosi lélektani, ápolás lélektani vonatkozásai a mentalhygienének.
- A mentalhygienes problémák természetrajza, a deviáns viselkedések, drogjelenségek, alkohol, függőségi magatartás alapjai.
- A mentalhygiene megközelítési lehetőségei, történelmi modelljei, a mentalhygienes prevenció fogalma.
- Alkoholfüggőség megelőzési lehetőségei. Az alkoholizmus mentalhygienes vonatkozásai.
- A drogproblémák megelőzése. Elméleti modellek a drogproblémáknál. A drogozó magatartás; leggyakoribb drogok; drogprevenciós stratégiák. Kereslet- kínálat- ártalomcsökkentés, elsődleges- másodlagos- harmadlagos prevenció.
- A család mentalhygienéje, a család lélektani rendszerének fejlődése, változásai, a család segítségének, erősítésének irányelvei, a családterápia fontosabb irányzatai.
- Iskola és mentálhigiéne, az iskola pedagógia dilemmái, pedagógus, mint személyiségfejlesztő. A tanár kommunikációs eszközei. Az egészségvédelem iskolai lehetőségei. Az iskolás korosztály mentálhigiéne

problémái.

- Tömegkommunikáció mentálhigiénés hatásai, szerepe az egészségfejlesztésben. Média tömeglélektani hatásai.
- Krízisintervenció. A lelkisegély szolgálatok lehetőségei, krízismegoldása, krízisintervenció az egészségügyben, elmélet és gyakorlat.
- Kapcsolati veszteségek, a gyász a konfliktus, a haldoklás és a halál mentálhigiénés aspektusai.
- Önszertő csoportok mentálhigiénéje, csoportos önszertés, közösségi mentálhigiéné.
- Munkahelyi mentálhigiéné, kiegészés és megelőzés. Munkahelyi támogatórendszerek.
- Konzultáció és csoportos feldolgozások.

---

## SZÁMONKÉRÉSI ÉS ÉRTÉKELÉSI RENDSZERE / ASSESSMENT'S METHOD

### **Félévközi követelmények:**

A kötelező irodalom, az előadások során közölt ismeretek és előadások anyaga, valamint a félévi követelményekben közölt irodalom elméleti ismereteinek elsajátítása.

### **Foglalkozásokon való részvétel:**

*ajánlott*

### **Értékelés:**

A szemeszter végén írásban tett vizsga.

---

## KÖTELEZŐ IRODALOM / OBLIGATORY MATERIAL

Buda Béla: Elmélet és alkalmazás a mentálhigiénében TÁMASZ Budapest 1998

Greza Ferenc dr.: Bevezetés a mentálhigiénébe Magyar Testnevelési Egyetem Budapest 1998.

Dr. Varga Gábor: Drogproblémák megelőzése, FŐNIX Kiadó Győr, 2003.

Varga Gábor: Telefonos segítség kézikönyve, GYITOSZ Győr, 2000.